IH ジャー炊飯器　型式 RZ-SG10J / SG18J

カンタンご使用ガイド

詳しくは「取扱説明書」をご覧ください。
P.○○ このマークは「取扱説明書」の記載ページです。

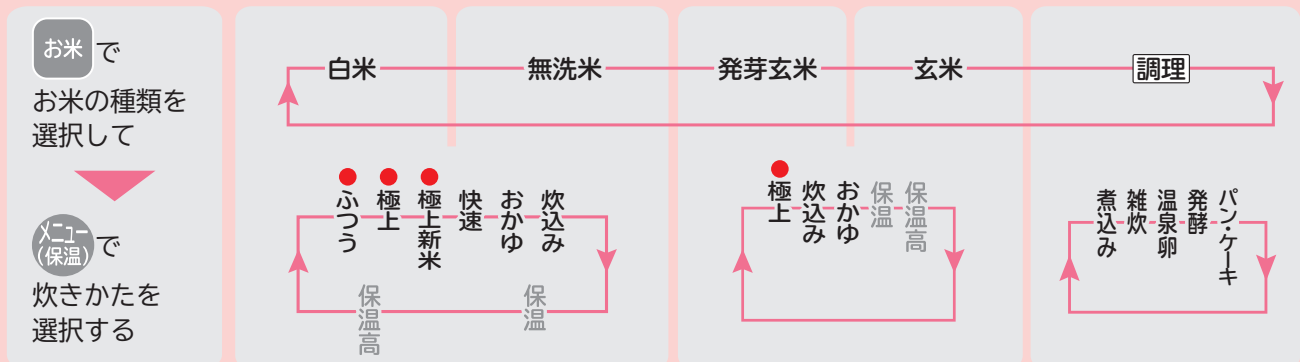
ごはんの炊きかた P.14～19

予約炊飯をする場合 P.20　浸し炊飯をする場合 P.21

1. 付属の計量カップでお米を計量する
(付属の白米用・無洗米用計量カップを使い分ける)
2. お米を研ぐ
3. 炊きかたに合った水位目盛で水加減をする
4. 内がまを本体にセットする
5. ふたを閉める(「カチッ」と音がするまで確実に閉める)

6 お米 でお米の種類を選択して、メニュー(保温) で炊きかたを選択する

お米 と メニュー(保温) の選択方法

● お米 と メニュー(保温) は、押すごとに下図の順に切り替わります。

●印の付いたメニューは「少量炊飯」コース対応メニューです。

おすすめ

●少量のごはん(1.0Lタイプ:2カップまで、1.8Lタイプ:3カップまで)を炊くときは「少量炊飯」コースをおすすめします。上の図の●印が対応メニューです。eco少量 を押してください。(一度設定すると記憶されます)

7 炊飯 再加熱 を押す ▶ メロディー(ブザー)が鳴ったら炊飯終了、自動的に保温になります

調理のしかた(煮込み、雑炊、温泉卵、発酵、パン・ケーキ) P.24、36

1. お米 で「調理」を選択して ▶
2. メニュー(保温) でメニューを選択する ▶
3. 分 で加熱時間を設定する

●加熱時間や調理のしかたは、取扱説明書・料理集 P.36～53 を参照してください。

調理メニュー

- 煮込み
- 雑　炊
- 温泉卵
- 発　酵
- パン・ケーキ

「調理」は蒸気が出ます。

選ぶお米と炊きかたの使い分け

→ P.16～19

こんなときに	選ぶお米（お米）	炊きかた（メニュー（保温））	使う水位線	少量炊飯（eco少量）
標準的な炊飯に	白米 無洗米	ふつう	ふつう	設定できます
よりねばり・甘みを引き出したいときに	白米 無洗米	極上	極上 新米 快速 炊込み の標準・軟・硬をお好みで	設定できます
新米に、吸水が早くベタつきやすいお米に	白米 無洗米	極上 新米	極上 新米 快速 炊込み の標準・軟・硬をお好みで	設定できます
短時間で炊飯したいときに	白米 無洗米	快速	極上 新米 快速 炊込み の標準・軟・硬をお好みで	設定できません
炊込み(具を入れた)ごはんに	白米 無洗米	炊込み	極上 新米 快速 炊込み の標準・軟・硬をお好みで	設定できません
おかゆ(全がゆ)に	白米 無洗米	おかゆ	おかゆ	設定できません
発芽玄米を白米に入れて炊飯するときに	発芽玄米	極上	極上 新米 快速 炊込み の標準・軟・硬をお好みで	設定できます
発芽玄米を白米に入れて炊飯するときに	発芽玄米	炊込み	極上 新米 快速 炊込み の標準・軟・硬をお好みで	設定できません
発芽玄米を白米に入れて炊飯するときに	発芽玄米	おかゆ	おかゆ	設定できません
発芽玄米、玄米、分づき米だけで炊飯するときに	玄米	極上	玄米 分づき米は分づき米	設定できます
発芽玄米、玄米、分づき米だけで炊飯するときに	玄米	炊込み	玄米	設定できません
発芽玄米、玄米、分づき米だけで炊飯するときに	玄米	おかゆ	玄米がゆ	設定できません
麦ごはんを作るときに	白米	炊込み	分づき米	設定できません
もち米でおこわなどを作るときに	白米	炊込み	おこわ	設定できません

（炊きかた欄）圧力のかかる炊飯メニュー（炊飯中 圧力 が点灯します）

メモ

- ●新米や、吸水が早くベタつきやすいお米を炊くときは、「極上新米」を選んで炊いてください。水の多いお米を、ベタつきを抑えて炊き上げます。
- ●炊飯中 圧力 が点灯します。保温になると 圧力 は消灯します。
- ●少量のごはんを炊くときは「少量炊飯」コースをおすすめします。ごはんの煮くずれや焦げを抑えて、ふっくら炊き上げます。
- ●市販の炊込みごはんの素を使用するときは、具をお米の上にのせるようにし、かき混ぜないでください。
- ●蒸気の出る量は、炊きかたによって異なります。

雑穀米（五穀米）を炊くときのポイント

●雑穀米（五穀米）は、白米に混ぜて炊く場合は白米の１割程度の量にしてください。

⚠警告

高温の蒸気が勢いよく出てやけどのおそれ

●圧力炊飯中（圧力 の表示点灯時）はふたを開けない
圧力がかかっているため無理に開けるのは危険です。

食材がとび出したり、湯がふき出てやけどのおそれ

●炊飯中にふたをやむを得ず開けるときは「切（とりけし）」ボタンを押して炊飯を中止し、点滅している 圧力 の表示が消えてから（約30秒後）、ふたを開ける
・圧力が抜けて蒸気口から蒸気が勢いよく出ますので注意してください。
・炊飯を続ける場合は、お米・炊きかたの選択を確認し、「炊飯（再加熱）」ボタンを押してください。炊飯を中止した状態によってはうまく炊き上がらないことがあります。

食材がとび出したり、湯がふき出したり、突然ふたが開いてやけどのおそれ

●取扱説明書・料理集に記載の炊飯および調理メニュー以外の用途には使わない。次のような料理には使わない
・ねりもの（はんぺんなど）や豆類、麺類などの加熱中にふくらむ具材の煮込み料理
（赤飯は、ささげを別にゆでてから調理します。詳しくは料理集をご覧ください → P.40）
・急激にあわの出る「重そう」などを使う料理
・多量の油を入れる料理
・「カレー」や「シチュー」のルーなど、のり状になる料理
・ジャムなど泡立つ料理
・食材をポリ袋などに入れて炊飯器で加熱する料理

●青菜、トマトなど薄皮状のものが浮きやすい野菜、具材を入れた料理や、クッキングシート、アルミ箔、ラップを使った料理はしない

蒸気リサイクル(給水レスオートスチーマー)について

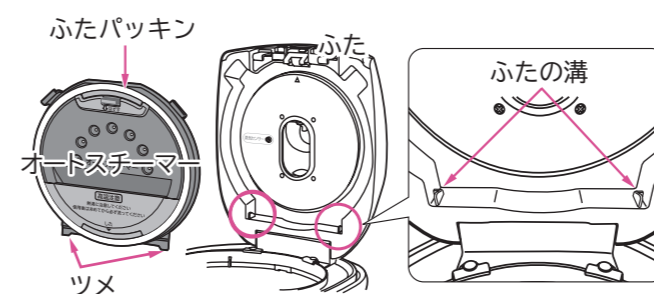
→ P.11、26、27、29

炊飯中の蒸気を圧力で閉じ込め、給水レスオートスチーマーで水にし、蒸らし・保温時にスチームにしてリサイクルします。

お願い

●プレートを付けないと、スチームによる加湿効果が得られなくなります。
●炊飯（蒸らし）終了後・保温中はスチームで加湿しているため、給水レスオートスチーマーの表面にもつゆが付きますが、故障ではありません。
●炊飯するたびにふた加熱板とプレートを外して洗ってください。
（おねばが乾燥・変色したものがたまる原因）
（保温しない場合は水がたまりすぎてごはんにたれる原因）
●お手入れは、本体が冷めてからスポンジなどのやわらかいもので洗い、たわし、ナイロンたわしは使わないでください。
（表面のフッ素被膜を傷つける原因）

給水レスオートスチーマーを取り付けるときのご注意

両側のツメがふたの溝に差し込まれていないと、ふたを閉めるときにツメが破損したり、変形することがあります。

○ 両側のツメが溝に差し込まれている

✕ ツメが溝に差し込まれていない

圧力式炊飯器だから

ふたの操作は確実に	●ふたの前方中央部（手前側）を、ゆっくり押して「カチッ」と音がするまで確実に閉めてください。圧力式は密閉度が高く、空気が抜けにくいため、ふたを勢いよく閉めると閉まりません。 ●炊飯・調理後、ふたが開くのに少し時間がかかることがあります。
炊飯・調理中に **ふたを開けない**	●炊飯・調理中にふたを開けないでください。（やけどのおそれ） ●ふたをやむを得ず開けるときは、「切（とりけし）」ボタンを押して炊飯を中止し、点滅している 圧力 の表示が消えてから（約30秒後）、ふたを開けてください。
水加減は **水位目盛を守って**	●水位目盛より多めに水加減すると、圧力を抜くときにふきこぼれる場合があります。水位目盛を守ってください。
炊飯・調理中に **勢いよく蒸気が出ることがあります**	●炊飯・調理中は蒸気口に手や顔を近づけないでください。 ・炊きかたによっては炊飯の途中で蒸気が出ます。 ・炊飯・調理中に動かしたり、揺らすと、勢いよく蒸気が出ます。 ●炊きかたによっては蒸気が出ますので、壁や家具に蒸気が当たらないようにご使用ください。
炊飯・調理直後にふたを開けると **つゆがたれることがあります**	●圧力式で蒸気が抜けにくいため、炊飯・調理直後にふたを開けるとつゆがたれることがありますが、異常ではありません。　つゆが気になる場合 ➔ P.29

蒸気口

お困りのときは ➔ P.30～35

修理を依頼される前に次の点および取扱説明書「お困りのときは」をもう一度お調べください。

こんなときは	ここを確認
ごはんが軟らかい、ベタつく、硬い、芯がある、生煮え、ムラがある	●炊き上がったごはんは、すぐにほぐしてください。 ●お米の量は付属の計量カップで計り、炊きかたごとの「炊飯できる量」を超えないようにしてください。 ➔ P.14、30
保温でごはんが乾燥する、黄変する	**長時間の保温や再加熱の繰り返しは、におい・黄変が発生します。異常ではありません。** ●蒸気キャップ、プレート、ふた加熱板は忘れずに取り付けて保温します。 ●白米は、すすぎ水がきれいになるまですすぎます。 ➔ P.14、22、23、33
使用時にいろいろな音がする	**炊飯・保温中など使用時には次のような音がします。異常ではありません。** ●「カチッ」と音がするのは圧力調整装置の動作音です。 ●「ブーン」と音がするのは冷却ファンの回転音です。 ●「ジー」または「カチッ」と音がするのは内がまのIH加熱音です。 ➔ P.34
炊飯中にふきこぼれる	●多めの水加減は、水位目盛の「軟」までにします。 ●お米の量は付属の計量カップで計ります。 ➔ P.14、31

内がまについてのご注意

●内がまを取り出すときは、両手でまっすぐ上に引き上げてください。片手で引き上げると本体に引っかかり、取り出しにくくなります。